秋空に合気道 市民30人が汗

県大永国寺キャンパス

大地のエネルギーを感じてー。高知県立大学永国寺キャンパス（高知市）の芝生が広がる地域交流広場で19日、市民ら約30人が合気道を楽しんだ。すがすがしい秋空の下、基本の呼吸法を体験し「気持ちいい汗がかけました」と笑顔が広がった。



青空の下、芝生の上で合気道を楽しむ市民ら（高知市永国寺町の県大永国寺キャンパス）

広場を一般開放し、定期的にさまざまなイベントを行う「はらっぱフェス」。今回は建築家で高知工科大特任教授の光嶋裕介さん（47）が合気道の講師を務めた。「大地の力を皮膚で感じよう」と、はだしを勧め、いざ芝生へ。

「深く息を吸ってー」のかけ声に始まり、「邪念を捨てて心を透明に」「気を感じて」。胴着姿で参加した合気道歴50年超の松山光さん（77）は「普段のけいこは畳の上だが、芝生はちくちく。土は子どもの頃に戻ったようで懐かしいね」と顔をほころばせた。

友達と参加した武内福恵さん（64）も「じわーっと汗が出た。赤とんぼも飛んで秋を感じた。気持ちよかった」と笑みを浮かべていた。（加治屋隆文）

2026年9月20日高知新聞掲載記事